Rok I. Nr. 4.



DODATEK MIESIĘCZNY DO „DZWONU NIEDZIELNEGO“ Nr. 31.

„Bądźcie doskonałymi“.

Słowa Chrystusa Pana »bądźcie doskonałymi, jako i Ojciec wasz niebieski doskonałym jest«, zwrócone były do wszystkich ludzi bez wyjątku. Każdy i każda z nas, czy to szewc, czy rolnik, czy krawcowa, czy wieśniaczka, czy pani, czy kucharka — każdy musi dążyć do doskonałości – to znaczy do uświęcenia się.

Każdemu chrześcijaninowi Pan Bóg daje potrzebne do tego łaski już przy chrzcie św., a potem przez inne Sakramenta św., każdy też, kto żyje po bożemu otrzymuje t. zw. łaskę stanu, to znaczy, że Bóg udziela specjalnej pomocy odpowiedniej dla człowieka w jego zawodzie. Dlatego też żaden z nas nie będzie mógł na sądzie Bożym powiedzieć: ja się nie mogłem uświęcać, bo mi w tem nikt nie pomógł, byłem sam opuszczony.

Pan Bóg jest tak miłosierny i tak hojny, że żadnego człowieka bez pomocy nie zostawia. Tylko że nie każdemu się chce pracować wciąż nad sobą, zwalczać swoje wady — i w tem leży powód, że tak mało ludzi żyje z myślą doskonalenia się.

Ale jeżeli, jak mówiliśmy, każdy człowiek musi się uświęcać, to już najbardziej m a t k a.

W żywocie św Moniki, drukowanym w poprzednim numerze, czytamy, że matka »m u s i b y ć p r z e d e w s z y s t k i e m s a m a t e m, n a c o m a w y c h o w a ć s w e d z i e c i«. A więc być sama świętą i dzieci swe uczyć doskonałości.

Nie wystarczy nauczyć dzieci pacierza, chodzić z niemi do kościoła, prowadzić do Sakramentów św. — ale trzeba, żeby każda matka świeciła przykładem własnych cnót. Nie zapominajmy, że to, czego od dzieci żądamy, musimy pierwej same spełniać. Pozatem trzeba z dziećmi koniecznie rozmawiać o Bogu, pokazywać im różne cuda Boże w naturze, rozgrzewać ich serca do ukochania Boga, zachęcać od młodości do robienia czasem jakiej ofiary, dla Pana Jezusa lub Matki Najśw., i to nie pieniężnej ofiary, ale ofiary serca, to znaczy jakiego małego umartwienia.

Trzeba się modlić, jak św. Monika, o uświęcenie dla dzieci, bo przecie odpowiemy za ich dusze kiedyś na sądzie bożym.

W życiu świeckiem uświęcić się można, i to w każdym uczciwym zawodzie, ale większą doskonałość osiąga się, poświęcając swe życie całkowicie Bogu. O takich ludziach, którzy swe życie Bogu składają w ofierze mówimy, że mają powołanie, czy to do kapłaństwa czy też do życia zakonnego.

Obowiązkiem matki chrześcijanki jest nie sprzeciwiać się nigdy pójściu dziecka za głosem powołania; przeciwnie, dobra katoliczka cieszyć się powinna, że Bóg wybiera sobie jej dziecko na oblubieńca lub oblubienicę.

W obecnych czasach zepsucia słychać coraz częściej o powołaniach czy to kapłańskich czy zakonnych; widocznie trzeba ofiary tych młodych dusz na zadośćuczynienie za te straszne grzechy, które inni popełniają.

Nie brońcie więc, drogie matki, dzieciom waszym wstępowania czy to do seminarjum, czy też córkom do klasztoru. Jeżeli zobaczycie, że dziecko wasze kocha Pana Jezusa szczerze, że pracuje nad sobą, żyje w czystości i niewinności i świat ją nie pociąga — to zasięgnijcie rady światłego kapłana — a jeśli się pokaże, że Bóg żąda od was tej ofiary — to nie żałujcie mu jej. Dzieci daje wam Pan Bóg poto, ażeby pod waszym bokiem doskonaliły się; a jeśli chce je bardziej udoskonalić — to Mu w tem nie przeszkadzajmy.

Zakonów jest mnóstwo, dla każdej duszy znajdzie się odpowiednia reguła. Niestety jednak nie wszyscy wiedzą, szczególnie na wsi, jakie istnieją w Polsce zgromadzenia Zakonne. Chcąc więc przyjść z pomocą tym Matkom, których córki pragną poświęcić się służbie Bożej, zamierzamy umieścić kolejno historję, oraz cel i warunki przyjęcia, wszystkich klasztorów żeńskich polskich. Bo każdy naród jest inny, w zakonie czysto polskim znajdzie polka daleko łatwiejszą drogę udoskonalenia się, bo cały duch zgromadzenia i sposób pracy będzie bardziej odpowiadał jej wrodzonym zdolnościom i skłonnościom,

Módlmy się wszyscy o powołania dla dzieci naszych, dla narodu naszego, bo »żniwo wprawdzie jest wielkie — ale robotników mało«.

Polskie Zakonne Zgromadzenia Żeńskie.

I. Zgromadzenie SS. Służebniczek N. M. P.

Może nie jedna z nas widziała już Siostry Zakonne w czarnym habicie, z chusteczką czarną, zakończoną frendzlą na plecach, w skromnych białych welonach na głowie, przypominających zwykłą białą chustkę, tylko że na sztywno nakrochmaloną; są to nasze polskie SS. Służebniczki N. M. P. Przytoczę tu króciutko historję ich Zgromadzenia.

Kiedy zaraza cholery wybuchła w dawnem księstwie Poznańskiem w 1849. r., osierociało mnóstwo dzieci, szczególnie po wsiach. Biednemi temi istotami zajął się całem sercem niejaki Pan Edmund Bojanowski. Ale nie mogąc sam jeden zaradzić nędzy, ubrać, nakarmić i wychować zgłodniałą rzeszę tych maleństw, postanowił, za natchnieniem Matki Bożej założyć zgromadzenie pomiędzy dziewczętami wiejskiemi, które by miały ochotę poświęcić się służbie Bożej. Wynajął dla nich dom w Podrzeczu — niedaleko Gostynia, kazał im tam zamieszkać, zbierać dziatwę, pouczać i zabawiać. Tak powstał dn. 3. V. 1850 r. pierwszy dom SS. Służebniczek.

Ale takie zrzeszenie potrzebowało opieki i kierunku duchowego oraz jakiegoś stałego regulaminu. W trudnościach tych dopomógł p. Bojanowskiemu światły kapłan, zakonnik Tow. Jezusowego O. Teofil Baczyński. On to dźwignął, zorganizował i przyspieszył szczęśliwy rozwój nowemu zgromadzeniu. Jemu też, po głównym założycielu SS. Służebniczki najwięcej zawdzięczają. Pierwsze lata były dla młodego Zakonu trudne. Siostry, same nie wyrobione, regulamin nie ustalony, środki do życia minimalne — a pracy nadmiar — wszystko to przyczyniało się do utrudnienia życia. Ale widocznie miłą była Bogu ofiara tych kilkunastu dusz, bo Opatrzność czuwała nad Siostrami i uchroniła kilkakrotnie młody ich Zakon od przymusowego, przez rząd wrogi, zamknięcia. W kilka lat po założeniu powstaje nowy dom w b. Galicji, w Łańcucie, a w kilka lat później w Starejwsi, w dzisiejszym woj. Lwowskiem. Dom Starowiejski staje się niebawem domem Generalnym i pozostaje nim po dziś dzień. Tam też jest nowicjat.

Dla braku miejsca nie mogę tu podać więcej szczegółów

o historji Zgromadzenia, ale pragnę chociaż w krótkich słowach przytoczyć cel jego, oraz warunki przyjęcia.

W Zgromadzeniu SS. Służebniczek nie ma chórów, wszystkie Siostry są równe, a prace i obowiązki spełniają stosownie do wyszkolenia, zdolności i zdrowia.

Celem zaś jest: prowadzenie ochronek, szkół powszechnych, gospodarczych, zajmowanie się młodzieżą starszą, opieka nad dziatwą w zakładach sierocych; opieka nad chorymi tak w szpitalach jak i domach prywatnych, obsługa kościołów a pozatem we własnym domu zajmują się Siostry kuchnią, praniem, szyciem, haftem, trykotarstwem, ogrodnictwem i robotami polnemi.

Każda wstępująca ma być gotową na spełnianie jakiegokolwiek zajęcia, jakie jej z woli Bożej będzie polecone. Musi ona wstępując mieć intencję poświęcenia się dla Pana Jezuza bezinteresownie w zaparciu własnej woli. Pod względem moralnym ma być wzorową i z takiej pochodzić rodziny. Charakter winna mieć łagodny, a gotowa do każdej pracy, jaką może mieć przydzieloną. Wiek przepisany od 15 do 22 roku życia. Wymagana skończona przynajmniej szkoła powszechna 7-mio klasowa. Pozatem wymagana jest wyprawa, a posag z potrzebami na nowicjat ma wynosić 500 zł. Nie przyjmuje się takich dziewcząt, które pełniły obowiązki służących lub były już w innym klasztorze, przynajmniej na próbie.

Tyle da się powiedzieć o celach i warunkach przyjęcia. — W następnym numerze zapoznam kochane Czytelniczki z życiem świątobliwej Matki Leony Jankiewicz, która będąc jedną z współzałożycielek Zgromadzenia, pełniła potem długi szereg lat urząd M. Generalnej i zmarła w sędziwym wieku w opinji świętości.

Dr. E. Estreicherowa.

Jak zapobiegać chorobom u dzieci?

Powiadają, że w pewnej wiosce w Ameryce, dzieci idąc do szkoły, musiały przechodzić wąską ścieżką ponad stromem urwiskiem. Często zdarzało się, że mniej uważne dzieci spadały i ponosiły ciężkie obrażenia a nawet śmierć. Toteż gmina zorganizowała sobie straż bezpieczeństwa, której zadaniem było dostarczać pomocy na zawołanie po każdym wypadku. Istotnie, przez długie lata parobcy i gospodarze dyżurowali przy ścieżce, tracąc drogocenne dni pracy, dopóki nowa nauczycielka nie wpadła na pomysł, aby wybudować przy ścieżce poręcz, która raz na zawsze zapobiegła wypadkom.

Mniejsza o to, czy ta historja jest prawdziwą. Opowiadają ją, aby uzmysłowić ludziom wartość zapobiegania chorobom, zamiast stosowania dopiero środków leczniczych, gdy już nastąpi zachorowanie. Zapobieganie bowiem, podobnie jak owa poręcz nad przepaścią, jest i mniej kosztowne niż leczenie i o wiele pewniej konserwuje życie i zdrowie niż stosowanie medycyny leczniczej wtedy, gdy już choroba osłabiła organizm.

Zapobiedz chorobie jest też taniej niż ją leczyć. Matka, chcąca naprawdę ustrzec swoje dziecko od choroby, powinna sobie tylko zdać sprawę, że najważniejszą rzeczą w tym względzie jest wychowanie dziecka w takich warunkach, aby zdrowie i siły jego wzmocnić i tem samem uczynić organizm odpornym. Niepodobna w krótkim artykuliku omówić wszystkich odnośnych warunków — ograniczę się więc do krótkiego omówienia kilku najważniejszych.

Na pierwszem może miejscu należy postawić djetę czyli odżywienie dziecka. Gdy dziecko już jest tak duże, że może jeść wszystkie te pokarmy, które jedzą dorośli, należy w pierwszym rzędzie urozmaicić jego odżywianie tak, aby zaspokoić podwójną potrzebę jego organizmu; potrzebę materjału na budowę rosnącego ciała dziecięcego oraz potrzebę siły i ciepła. Do pokarmów, które zapokajają pierwszą z tych potrzeb należy mięso, jaja, mleko, ser. Do drugich wszelkie tłuszcze, potrawy mączne, jarzyny i owoce. Żadnego z tych pokarmów nie powinno brakować w codziennem pożywieniu dziecka, jednakże bez przesadnego przeceniania żadnego z nich. A zatem: mięso lub jaja powinno dziecko dostawać raz dziennie, mleka pół do $^3/_4$ litra dziennie. Potrawy mączne powinny być podawane wprawdzie codziennie ale nie w zawielkiej ilości, natomiast wielki nacisk należy położyć na codzienne spożywanie jarzyn i owoców surowych, byle czysto wymytych, gdyż brak ich powoduje pewne choroby. Z jarzyn gotowanych najpotrzebniejsze dla dziecka są: szpinak, marchew, ziemniaki, buraki, kalarepa.

Nie potrzeba dodawać, że wszelkie pokarmy dla dziecka należy bardzo starannie przyrządzać, przestrzegając skrupulatnie czystości oraz uważając, aby były dogotowane, względnie dobrze wypieczone i dostatecznie omaszczone.

Najmniej potrzebne są dzieciom słodycze — toteż nie należy ich nigdy dawać przed jedzeniem ale dopiero po niem i to najwyżej raz lub dwa razy dziennie. Psują one zęby, apetyt i trawienie.

Drugą bardzo ważną sprawą w utrzymaniu dziecka przy zdrowiu jest uregulowanie jego trawienia. Osiągniemy to przyzwyczajając dziecko do wielkiej regularności w przyjmowaniu posiłków, najlepiej pięć razy dziennie w ściśle określonych godzinach

i nie pozwalając mu jeść pomiędzy nimi. Nadto należy przyzwyczajać dziecko do dziennych wypróżnień, w razie skłonności do zaparcia, dodając więcej jarzyn, razowego chleba, a wieczór przed spaniem nieco owoców. Do środków przeczyszczających należy uciekać się rzadko w ostateczności.

Niemałą rolę w zdrowiu dziecka odgrywa też ruch, spoczynek i sen — Dziecko zwłaszcza takie, które już chodzi do szkoły i musi przez pół dnia siedzieć w zamkniętej przestrzeni, powinno koniecznie przez kilka godzin dziennie używać ruchu na świeżem powietrzu, bawiąc się z rówieśnikami, byle nie w kurzu ulicznym i nie doprowadzając do wielkiego zmęczenia. Dziecko takie powinno bezpośrednio po obiedzie leżeć przynajmniej pół godziny lub godzinę, wieczór zaś iść spać wcześnie — zimą o 8-mej, latem o 9 tej godzinie — i spać, zależnie od wieku, 10 lub 12 godzin na dobę i to zawsze przy otwartem oknie. Takie otwieranie okien na noc należy rozpocząć latem i otwierać już później stale, bez względu na pogodę, z wyjątkiem bardzo silnych mrozów. Hartuje to dziecko, daje mu zdrowy, głęboki sen i uodparnia przeciw zaziębieniu i innym chorobom.

Brak mi miejsca, aby poruszyć jeszcze inne tak ważne sprawy jak chronienie dzieci przed zarażeniem od ludzi chorych lub czystość w życiu dziecka. Zaznaczę jeszcze tylko, że matka nie powinna nigdy zwlekać z wezwaniem lekarza w razie choroby dziecka, gdyż nawet tak pozornie słabe objawy jak katar, biegunka, ból głowy, mogą być u dziecka początkiem poważnych zachorzeń - które na czas rozpoznane można jeszcze wyleczyć, ale w których niestety często skutkiem niedbalstwa matki, pomoc lekarska przychodzi za późno.

Odpadki w gospodarstwie.

Dawno, dawno temu uczyniono słuszne spostrzeżenie, że praca uszlachetnia człowieka. I szłusznie, kiedy człowiek jest zajęty pracą, nie mają do niego przystępu złe myśli, nie nadużywa się cudownego daru Boga — mowy ludzkiej, a pod rękoma jego tymczasem coś się przekształca i zmienia na doskonalszą formę. Każdy jednak rodzaj pracy posiada prócz tego jeszcze swą wyłączną, odmienną od innych, właściwość, która przynosi wiele zadowolenia pracującemu.

W gospodarstwie wiejskiem najwięcej zapewne raduje każdą oszczędną gospodynię fakt, że pod jej rozumnem, bacznem okiem nic się zmarnować nie może, bo wszystko korzystnie potrafi spożytkować.

Obmywając naczynia kuchenne z potraw mącznych czy tłustych nawet, nie wylewa tych t. zw. »pomyj« w ciemny kąt podwórka, gdzieto, gnijąc przez kilka dni, powoduje rozwój bakteryj, które później dokuczliwe muchy przenoszą na ludzi i bydło, ale zlewa je do cebra i codziennie rano w południe i wieczór, podczas dni upalnych, stawia je swej krowie do picia. Pomyj takich nie trzyma w izbie mieszkalnej, bo żerowałyby na niej muchy, a ona tępi je przecież, jak uprzykrzonego wroga, zastawiając muchołapki.

Przy spółdzielczych mleczarniach, dobrze zorganizowanych, zwykle lepiej płacą za mleko od krów wieśniaczek, aniżeli od krów dworskich, bo mleko ich zawiera większy procent tłuszczu; tłumaczy się to tylko lepszą wodą (pomyje), którą wieśniaczki swym krowom poddają, gdyż paszy naogół, mają we dworze więcej i lepszej, a karmią bydło regularnie i nie pędzą bydła zbyt daleko na pastwiska, co wszystko dodatnio wpływa na udój mleka.

Drugim skarbem gospodarstwa, na którego użyteczność zwraca gospodyni uwagę, jest gnojówka. Nie pozwala jej przeciekać na podwórze, lecz odprowadza się ją do odpowiednio urządzonego zbiornika i przed deszczem rozlewa ją po pastwisku, by trawa pięknie rosła. W dnie upalne podlanie nie rozcieńczoną gnojówką powoduje wypalenie trawy przez słońce. Szczególnie należy uważać, by podlewać grzędy tylko gnojówką rozcieńczoną napół wodą, gdyż czysta gnojówka powoduje rozwój robaczków na korzonkach roślin i raczej szkodzi, a nie pomaga do rozwoju roślin.

Wszystkie odpadki kuchenne stanowią pożywienie bądź dla bydła, drobiu, bądź dla nierogacizny.

Bardzo ciekawie i zyskownie urządzają się pod tym względem amerykańscy farmerzy (rolnicy), którzy mieszkają niedaleko miasta. Hodują po kilkadziesiąt sztuk świń, ogrodziwszy im połać pola i skleciwszy nędzny szałas, by miały dach nad głową w czasie deszczu. Codziennie jeżdżą do miasta i zabierają odpadki kuchenne z dnia poprzedniego, które na odgłos dzwonka wynosi im ktoś z kuchni za centa jednego czy dwa. Obu stronom opłaca się to; ten, który ma wyrzucić do śmieci, woli dostać za to bodaj centa, bo bierze go jakby za darmo, a farmer, choćby dniem i nocą pracował, to tyle pożywienia dla świń z roli niewydobyłby. To tanim kosztem zebrane pożywienie rzuca świniom, które jedzą, aż się im uszy trzęsą. Polacy, którzy się tam temu przyglądali, utrzymują, że takiej (czasem cuchnącej już) mieszaniny, świnia, trzymana w chlewie, nie jadłaby. Kiwając głowami, mówią, że świeże powietrze i wyhasanie tak im sprzyja, bo rosną przy tem niebywale. Dopiero na utuczenie odłącza się je, karmiąc lepiej i więcej.

Na drugi rok przenosi farmer zagrodzenie w inne miejsce, a poprzednie bierze pod uprawę i nawet kapusta, która potrzebuje najlepiej urytej i nawożonej ziemi, zrośnie do tak niebywałej wielkości, że jest aż za dużo krzepka i nie nadaje się potem do kiszenia na zimę, mając zbyt dużo wody, ale rolnik tem się nie martwi, bo sprzedaje ją świeżą i młodą w mieście. *J. Rzeźnikiewiczówna*

Wzór na roboty krzyżykowe.



Wychodzi pod Redakcją Dr. E. Estreicherowej.

Drukarnia „Powściągliwość i Praca" w Krakowie, Kaz. Wielkiego 95.